



Boletim Vipassana Brasil

Meditação Vipassana na tradição de Sayagyi U Ba Khin, como ensinada por S. N. Goenka

Agosto, 2006

www.portuguese.dhamma.org/os

publicado quatro vezes ao ano

A Dhammadana do Serviço

De uma palestra proferida por Goenkaji aos servidores de Dhamma em Dhamma Giri, em junho de 1986, e publicada em Para o Benefício de Todos, e na Vipassana Newsletter de 2003

Qual o propósito do serviço de Dhamma? Certamente não para receber abrigo e alimentação, não para passar algum tempo em um ambiente confortável, nem para escapar das responsabilidades da vida diária. Os servidores de Dhamma sabem disso muito bem.

Tais pessoas têm praticado Vipassana e compreenderam pela experiência direta os benefícios que oferece. Viram o serviço desinteressado dos professores, gerentes e de servidores de Dhamma serviço que os permite experimentar o incomparável sabor de Dhamma. Eles começaram a dar passos no Caminho Óctuplo, e naturalmente, começaram a desenvolver a rara qualidade da gratidão, o desejo de retribuir por tudo o que receberam.

Claro, o professor, o gerente e os servidores de Dhamma serviram sem nada esperar em troca, tampouco aceitariam receber qualquer remuneração material. A única maneira de saldar o débito é manter a roda de Dhamma girando. Dar aos outros o mesmo serviço desinteressado. Esta é a nobre volição com a qual devemos dar serviço de Dhamma.

À medida que os meditadores de Vipassana progredem no caminho, eles saem do velho hábito de serem pessoas auto-centradas e começam a se preocupar com os outros. Percebem o quanto as pessoas, em toda a parte, sofrem. Jovens ou velhas, homens ou mulheres, pretos ou brancos, ricos ou pobres, todos sofrem. Meditadores compreendem que eles próprios sofriam até encontrarem Dhamma. Eles sabem que, como eles próprios, outros começaram a usufruir a felicidade real e a paz real ao seguirem o caminho. Ao perceberem esta mudança, um sentimento de alegria contagiante surge e fortalece o desejo de ajudar pessoas sofredoras a saírem de seu padecimento com Vipassana. A compaixão transborda e com ela a volição de ajudar os outros produz alívio do sofrimento.

A Dana do Pensamento, da Fala e das Ações Corretos

A mensagem de Goenkaji, abaixo, discute a inauguração do primeiro centro na Europa, Dhamma Mahi, e nos ensina sobre o significado de um Centro de Meditação. Foi escrita para a publicação na edição francesa da Vipassana Newsletter, publicada em junho de 1988.

A hora de Vipassana soou na Europa. Durante anos, alunos devotados na França e países vizinhos trabalharam duramente para tornar Dhamma disponível para outros. Agora, com a compra de um centro, os esforços de tantos alunos surtiram efeito. Eu estou profundamente satisfeito ao ver os bons resultados de seu trabalho.

O estabelecimento de um centro marca um novo estágio no crescimento de Dhamma. É importante compreender seu significado. Um centro para meditação Vipassana não é uma comunidade onde membros de uma seita possam viver em isolamento do mundo exterior, em consonância com suas próprias regras peculiares. Não é um clube destinado ao divertimento de seus sócios. Não é um templo onde se realizam cerimônias religiosas. Não é um local dedicado à vida social.

Um centro é, em vez disso, uma escola que ensina uma matéria: Dhamma, a arte de viver. Todos que vêm a um centro, para meditar ou para servir, vêm para receber este ensinamento.

Índice

A Dhammadana do Serviço.....	1
A Dana do Pensamento, da Fala e das Ações Corretos.....	1
A Dhammapada do Desenvolvimento de Nossos Paramis	2
Participação nos Comitês.....	4
Grupos de Meditação Regionais.....	4
Programação de Cursos no Brasil 2006-2007.....	5
Cursos na América Latina 2006-2007.....	5
Difusão do Vipassana no Brasil.....	6
Livros sobre Vipassana	6
Centro de Informações Vipassana	6

A Dhammapada do Desenvolvimento de Nossos Paramis

Por um Professor assistente de Goenkaji

Para garantir que Dhamma será oferecido em sua força e pureza, você deve seguir a disciplina de todos os centros. Quanto mais cuidadosamente for mantida, mais forte o centro se transformará. Muitas atividades comuns são proibidas por esta disciplina, não porque haja algo de errado com elas, mas porque são inapropriadas em um centro de meditação Vipassana. Lembre-se, este é o único local em seu país onde poderá aprender este tipo de Vipassana. A disciplina é uma maneira de se preservar este único propósito de Dhamma Mahi: preserve-o cuidadosamente.

A fundação do edifício de Dhamma que será construído aqui é sila (conduta moral). Como sabe, aceitar sila é o primeiro passo essencial em um curso de Vipassana, uma vez que, sem isto, sua meditação será fraca. É igualmente essencial que todos os meditadores que servem em um centro mantenham os Cinco Preceitos da forma mais cuidadosa possível. A regra de Dhamma foi estabelecida em Dhamma Mahi. De agora em diante, não deve haver mortes nesta terra, nenhum roubo, nenhuma atividade sexual, nenhuma palavra errada, nenhum uso de intoxicante. Isto criará uma atmosfera de calma e de paz para facilitar o trabalho de autopurificação.

Com a firme base de sila, a prática de autopurificação, pode prosseguir. Mantenha em mente que esta é a tarefa mais importante em um centro em primeiro lugar, em último e para sempre. Todos aqueles que servirem no centro, mesmo por algumas horas, não devem negligenciar seu dever de aqui meditar também. Ao meditar, fortalecem a atmosfera de Dhamma e apoiam outros meditadores.

Este não é, evidentemente, o único lugar na Europa onde a meditação e os ensinamentos de Buda são praticados, mas é o único lugar dedicado a esta particular transmissão dos ensinamentos, a esta particular forma de Vipassana. Estejam atentos que o centro seja preservado em todos os momentos, para este propósito específico.

A parte final essencial da técnica é metta, e isto também deve ser praticado por todos que vierem ao centro: seja para meditar seja para servir. Para a sua meditação e serviço serem benéficos, deve desempenhá-los alegremente, desinteressadamente e com amor. Qualquer tarefa que desempenhe, realize-a com a volição e a certeza de que a sua ação gerará a felicidade de todos. Sempre que der as boas-vindas a alguém no centro, seja meditadores ou visitantes, faça-o com metta. Contagie esta terra com as vibrações de amor e de boa-vontade, a fim de permitir a todos que aqui venham, sentir que adentraram um santuário de paz. ♦

Os 10 paramis são as boas qualidades humanas que gradualmente dissolvem o ego a fim de nos permitir experimentar nibbana. Quando passamos um tempo meditando ou servindo em um centro nossos paramis ficam fortes. Desenvolvemos grande força em Dhamma.

Conseqüentemente, esta força em Dhamma dentro de nós ajudará a desenvolver uma forte atmosfera de Dhamma em um centro, a ponto de fazer com que aqueles que vierem, recebam Dhamma com mais facilidade.

1. Dana: esta é a qualidade de dar aos outros. Presenteamos o um centro com nossos esforços para praticarmos corretamente, retornando sempre às sensações, nos abstendo de julgar, mantendo nossa sila impecável enquanto estivermos lá, nossa prática e desenvolvimento de metta, nosso serviço em benefício de outros, e nosso apoio financeiro para garantir um bom local para futuros alunos meditarem. Ao ajudarmos em um centro, fazemos isso com o pensamento de que muitos alunos receberão Dhamma, crescerão em Dhamma em função de nossos esforços. Estes esforços são nossa dana ao centro.

2. Sila: esta é a qualidade da moralidade. Enquanto em um centro, tentamos manter a nossa sila impecável. Observamos escrupulosamente a segregação. A paixão é um dos mais profundos sankharas que carregamos e não queremos que tais vibrações perturbem um centro. Fazemos um esforço para observar a fala correta. Palavras ásperas, mentiras, fofocas e conversa trivial são prejudiciais à pureza que tentamos desenvolver em um centro. As vibrações da prática da sila pura dura por gerações. Este esforço é nosso dana ao centro.

3. Nekkhamma: esta é a qualidade da renúncia. Enquanto estivermos em um centro, poderemos sentir falta do conforto de casa. Independentemente de nossas preferências pessoais, tentamos aprender a ser felizes com o que foi providenciado. Abrimos mão da nossa hora pessoal e de muitos prazeres da vida de dono/dona de casa com vistas a ajudar o centro.

Ao vivermos em um centro por um período de tempo, aceitando humildemente o que outros, antes de nós, nos deram em nosso benefício, achamos que o ego se dissolve e a compaixão pelos outros cresce. Este esforço é a nossa dana ao centro.

4. Panna: esta é a qualidade da sabedoria experimental. Ao tentarmos permanecer conscientes com equanimidade, desenvolvemos nossa sabedoria momento a momento. Nós vemos a ignorância da mente reativa baseada nos padrões habituais da negatividade, cobiça, agitação, medo e dúvida. Enxergamos a dor do apego. Este esforço é nossa dana ao centro.

5. Viriya: esta é a qualidade do esforço correto. Nosso esforço deve ser sempre no sentido de desenvolver padrões habituais saudáveis, e usar toda a nossa energia para observar as sensações relacionadas aos padrões habituais nocivos com equanimidade, deixando que se queimem. Este esforço é nossa dana ao centro.

6. Khanti: esta é a qualidade da paciência. Às vezes isto pode ser extremamente difícil em um centro. Precisamos praticar grande paciência enquanto estivermos lá. Precisamos estar conscientes das sensações, não reagir, não julgar e tentar manter a mente cheia de harmonia e metta. Este esforço é nossa dana ao centro.

7. Sacca: esta é a qualidade da verdade. Vipassana significa ver a verdade, a realidade tal qual é, reconhecendo em nível profundo que não existe um eu permanente. “Eu” é tal qual um rio, somente uma eterna corrente de padrões de velhos hábitos em transformação. Aparentam ser os mesmos, mas se nos observarmos, hora após hora, ano após ano, perceberemos a natureza impermanente de nosso ser. Aos poucos, esta percepção profundamente enraizada neste “eu” se romperá. Este esforço é a nossa dana ao centro.

8. Adhitthana: esta é a qualidade da firme determinação. Às vezes, achamos a nossa meditação em um centro difícil. Nossa concentração pode ser fraca, nossa agitação ou desconforto mais presente do que o habitual, tempestades podem surgir. Mas, se trabalharmos com firme determinação, sempre que possível retornando às sensações, teremos sucesso. Este esforço é a nossa dana ao centro.

9. Metta: esta é a qualidade da compaixão amorosa. Quanto mais meditarmos e servirmos adequadamente, mais pura se torna a nossa metta. Nossas mentes estão repletas de desejos de libertação para os outros. Nós compartilhamos os méritos de nossa prática, gratuitamente, pensando: “Que todos os seres humanos ou não-humanos, visíveis ou invisíveis, grandes ou pequenos, próximos ou distantes possam dividir os méritos que recebi de Dhamma. Que todos possam ser felizes, que todos possam receber Dhamma, que possam ser pacíficos, possam se libertar de seus sofrimentos.” Mentalmente, procuramos o bem estar dos outros sempre que agimos de alguma forma em seu benefício. Este esforço é nossa dana ao centro.

10. Upekkha: esta é a qualidade da equanimidade. É a mais alta qualidade da mente, a verdadeira pureza da mente. Por intermédio da constante prática da observação ao longo dos anos, começamos a perceber a natureza impermanente da nossa mente e corpo, como a mente, o seu estado e os seus pensamentos, e o corpo e todas as sensações nele manifestas estão em constante transformação. É por intermédio da permanente compreensão experimental desta mudança que nós começamos a entender a semente do sofrimento em todas as coisas que são impermanentes. Percebemos que não podemos nos segurar em nada. Nós começamos a reconhecer em um nível mais profundo que não existe um “eu” sólido permanente. O entendimento enraizado em um “eu” permanente começa a se dissolver e a nossa equanimidade cresce cada vez mais. Este entendimento de anicca, dukkha e anatta cresce e nós ficamos repletos desse amor compassivo com relação a todos, compaixão por todos, e um profundo senso de equanimidade com relação a todos. Este esforço é nossa dana ao centro. ♦

Assembléia Geral em 2007

Anote em sua agenda:

Local: Dhamma Santi, Miguel Pereira

Datas: **4 e 5 março de 2007**

Estão convidados todos os alunos antigos, que concluíram pelo menos um curso de 10 dias de meditação Vipassana, como ensinada por S.N. Goenka.

As reuniões anuais são também uma oportunidade para intensificar a prática com meditações em grupo com a presença do professor.

Conta Bancária para Doações

**Banco Itaú, Agência 0380,
Conta 54080-7**

**Associação Vipassana do Brasil
CNPJ 04.979.151/0001-94**

Participação nos Comitês

Todos os alunos antigos são bem-vindos nos comitês, e sua participação irá beneficiar os outros alunos que virão praticar Dhamma no futuro. Caso você tenha alguma disponibilidade, entre em contato diretamente com os comitês.

Servidores para Comitês

Apoio à manutenção de páginas na Internet 1-2 alunos

Requisitos: conhecimento básico de HTML e web design; conexão rápida à Internet; conhecimento de inglês.

Atividades: atualizar conteúdo do site de Vipassana Brasil, manutenção, e suporte técnico aos antigos alunos.

Contato: Vinícius, viniciuscb@gmail.com

Apoio técnico às obras em andamento 1-2 alunos

Requisitos: engenheiros, arquitetos, técnicos em edificações. *Atividades:* projetos de instalações hidráulicas e elétricas; também, interessados em realizar estudos de sistemas de abastecimento com fonte de água potável e soluções alternativas de energia

Contato: Leila, leimacedo@ig.com.br

Apoio para tornar a Associação Vipassana Brasil uma organização de interesse público 1-3 alunos

Requisitos: se você adora resolver problemas burocráticos, ou se gostaria de refinar o seu senso de paciência, bom humor e atenção aos detalhes, essa é uma ótima oportunidade! Pode ser realizado a distância por meio de contatos por e-mail e pesquisas às instituições governamentais.

Atividade: assessorar o comitê de Finanças na definição de planos de seguro; e/ou no trâmite de documentação oficial (estatuto, regimentos, etc)

Contato: Veronica, vgm01@unisys.com.br

Contatos nos Comitês

Construções

Leila, leimacedo@ig.com.br

Cursos para Crianças

Valeria, valfisch@hotmail.com

Divulgação

Lucio, outrreach@br.dhamma.org

Gravações e áudio

Cássia, cassiareis@yahoo.com

Inscrições nos cursos

Geral, info@santi.dhamma.org
Brasília, info@brasil.br.dhamma.org

Manutenção do centro

Roberto, robertovidigal@yahoo.com.br
Renato, renatoandreu@hotmail.com

Newsletter

Monica, monicamcf@gmail.com
Antonio, ahc@cafeimpresso.com.br

Organização dos cursos em Dhamma Santi

Renato, renatoandreu@hotmail.com (alunos)
Mazé, maze@uol.com.br (cozinha)

Páginas na Internet

Vinícius, viniciuscb@gmail.com

Paisagismo, jardim, horta

info@santi.dhamma.org

Plano 120

Pedro, pedropenido@hotmail.com
Claudio, claudiopolitto@yahoo.com.br

Vipassana nos presídios

Eros, erosoli@ig.com.br

Tradução oficial

Silvia, silesc@connection.com.br
Heitor, heicoutinho@yahoo.com

Grupos de Meditação Regionais

Praticar a técnica Vipassana com outros meditadores, pelo menos uma vez por semana, dá aos alunos antigos força e determinação para seguir na trilha do Dhamma. Os interessados devem telefonar para obter o endereço ou consultar o site de Alunos Antigos *para maiores informações:*

www.portuguese.dhamma.org/os/

Mini-Retiros de 1 Dia

Planalto Central

Todo 2o. domingo do mês, 9 às 15:00 horas, no Sítio Espaço Azul, na Serra dos Pireneus, próximo à Pirenópolis, Goiás.

Informações/Inscrição: Elza ou Felipe, (62) 9628-7788, 9299-0027

São Paulo

Todo último domingo do mês, em um sítio próximo a São Paulo, SP

Informações/Inscrição: Ana Carina, (11) 5521-7051, 8399-2837; Ana Lucia, 8174-7112; Artur, 3675-8298

Deseja formar um grupo de meditação em sua cidade?

Aqueles que desejarem acolher em suas casas alunos antigos para meditação em grupo podem solicitar os requisitos por e-mail info@br.dhamma.org

Curitiba

Contato: Eucléia, (41) 345-7951

Rio de Janeiro

Às segundas-feiras, 19 às 20 horas, no Flamengo

Contato: Mazé, (21) 2558-4711

Às quintas-feiras, 19 às 20 horas, no Catete [a partir de 16 de outubro]

Contatos: Daniel (daniel231171@yahoo.com.mx);
Monica, (21) 2537-5126

São Lourenço, MG

Dia e horário, a definir

Contato: Silvio, (35) 3331-2714, 8846-0486

São Paulo

Aos domingos, 19 às 20 horas, e 20 às 21 horas, em Moema

Contatos: Ademir, (11) 3673-4916; Apolinário, (11) 26-7460; Tatiana, (11) 5052-8646.

Às quinta-feiras, 20:30 às 21:30 horas, em Santana

Contatos: Yoga Life (11) 6978-4495; Simone (11) 9615-6994 ♦

Programação de Cursos no Brasil 2006-2007

Informações sobre os cursos de Meditação Vipassana no Brasil podem ser obtidas no site www.portuguese.dhamma.org/, pelo telefone/fax (21) 2557-0173, pelo e-mail info@santi.dhamma.org, e pelo correio: Vipassana Brasil, c/o Rua Almirante Alexandrino, 3051, Santa Teresa, Rio de Janeiro, RJ, CEP 20241-262 (apenas para correspondência).

Os cursos são realizados em *Dhamma Santi*, em Miguel Pereira, RJ, exceto quando indicado

Cursos de 10 dias

25 out-05 nov
12 dez-23 dez
27 dez-07 jan 2007
10 jan-21 jan
24 jan-04 fev
07 fev-18 fev
20 fev-03 mar
05 mar-16 mar (Brasília)
28 mar-08 abr
20 jun-01 jul
04 jul-15 jul
18 jul-29 jul
01 ago-12 ago

Curso Satipatthana Sutta

17 mar-25 mar 2007 (termina às 17h)

Curso de 20 dias

30 set-21 out 2006
08 set-29 set 2007

O Curso de Satipatthana segue os mesmos horários e a mesma disciplina dos cursos de 10 dias. A diferença é que, nas palestras noturnas, Goenkaji examina o Sutta Mahasatipatthana, o sutra da consciência. Nesse texto, o Buda explica de forma detalhada a técnica de Vipassana. O curso é dirigido a alunos que tenham completado pelo menos três cursos de 10 dias; estejam praticando a técnica há pelo menos 1 ano sem interrupção; não tenham praticado qualquer outra técnica de meditação desde o último curso; e estejam tentando manter a observância dos cinco preceitos em sua vida.

O Curso de 20 dias é voltado para alunos que completaram um mínimo de cinco cursos de 10 dias e um de Satipatthana Sutta, e que estejam praticando a técnica regularmente há pelo menos dois anos, e, por um ano, os Cinco Preceitos. São necessários formulários especiais de inscrição. Contatar info@santi.dhamma.org para informações adicionais e formulários.

Curso para Crianças e Adolescentes. A programação do curso de um dia varia com a faixa etária (8 a 12 e 12 a 16). Inclui o aprendizado de Anapana por períodos curtos, e requer o preenchimento de formulários especiais pelos responsáveis. Pais são bem-vindos. ♦

Cursos na América Latina 2006-2007

A lista completa e atualizada de cursos em todo o mundo está disponível em www.dhamma.org

Cursos em centros

México

Centro *Dhamma Makaranda*
info@mx.dhamma.org
09 dez-20 dez 10 dias
26 dez-6 jan 10 dias
07 jan-28 jan 20 dias

Venezuela

Centro *Dhamma Venuvana*
info@venuvana.dhamma.org
12 dez-23 dez 10 dias
27 dez-7 jan 2007 10 dias
10 jan-21 jan 10 dias

Cubiro, Estado Lara

27 dez-07 jan 2007 10 dias

Merida

06 set-17 set 10 dias



Cursos a definir

Informações

Cuba

info@cu.dhamma.org

Costa Rica

info@cr.dhamma.org

Equador

info@ec.dhamma.org

Guatemala

info@gt.dhamma.org

Panamá

info@pa.dhamma.org

Porto Rico

info@pr.dhamma.org

República Dominicana

info@do.dhamma.org

Cursos fora de centro

Argentina

Buenos Aires,
info@ar.dhamma.org
08 nov-19 nov 10 dias
22 nov-03 dez 10 dias
07 mar-18 mar 2007 10 dias
21 mar-01 abr 2007 10 dias
10 out-21 out 2007 10 dias
24 out-04 nov 2007 10 dias

Mendoza

info@mendoza.ar.dhamma.org
27 set-08 out 10 dias
21 fev-04 mar 2007 10 dias

Bolívia

info@bo.dhamma.org
24 jan-07 fev 2007 10 dias
29 ago-09 set 2007 10 dias

Chile

info@cl.dhamma.org
13 set-24 set 10 dias
07 fev-18 fev 2007 10 dias
18 jul-29 jul 2007 10 dias

Colômbia

info@co.dhamma.org
11 dez-22 dez 10 dias

El Salvador

info@sv.dhamma.org
28 mar-08 abr 2007 10 dias

Nicarágua

info@ni.dhamma.org
27 dez-07 jan 2007 10 dias

Paraguai

info@py.dhamma.org
22 nov-03 dez 10 dias

Peru

Lima, info@pe.dhamma.org
27 dez-07 jan 2007 10 dias
01 ago-12 ago 2007 10 dias
14 nov-25 nov 2007 10 dias

Cusco,

info@cusco.dhamma.org
10 jan-21 jan 2007 10 dias
15 ago-26 ago 2007 10 dias
28 nov-09 dez 2007 10 dias

Uruguai

info@uy.dhamma.org
06 nov-17 dez 10 dias

Difusão da Vipassana no Brasil

Existem diversas formas de participar da divulgação da Meditação Vipassana ensinada por S.N.Goenka. Basta entrar em contato com o Comitê de Difusão pelo e-mail outreach@br.dhamma.org ou pelo telefone (21) 2541-5058, e se oferecer para reunir, em sua cidade, pessoas interessadas em assistir fitas de vídeo ou DVDs que mostram a aplicação da técnica.

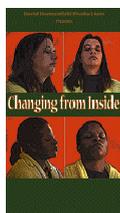
Os interessados em requisitar as fitas e em participar da divulgação dos cursos de Vipassana podem solicitar cartazes e folhetos de informação, que estão também disponíveis na seção Material para Divulgação da área restrita para os alunos antigos, em www.portuguese.dhamma.org/os

(nome de usuário: **oldstudent** e senha: **behappy**). ♦

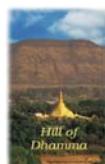
Filmes em DVDs



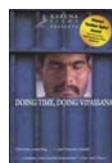
Palestra de Goenka na ONU, em DVD. A palestra foi proferida em 2000 na Cúpula Mundial do Milênio.



Mudança Interior (EUA, 42 min): Inspirado no filme *Tempo de Espera*, foi rodado em 1997 numa prisão de segurança mínima em Seattle, EUA e mostra a mudança não só dos internos com graves problemas de álcool e drogas que fizeram o curso como também a mudança no ambiente da prisão.



A Colina de Dhamma (Índia, 15 min) mostra o dia-a-dia do Centro de Meditação Vipassana de Dhamma Giri, em Igatpuri, onde funcionam a Academia Internacional de Vipassana e o Vipassana Research Institute.



Tempo de Espera, Tempo de Vipassana (Índia/Israel, 50 min): Vencedor dos Prêmios “Golden Spire” Festival Internacional de Cinema de San Francisco, 1998 e Prêmio Finalista Festival de Cinema de Nova York, 1998. Mostra a aplicação da técnica no Presídio de Tihar, Nova Déli, em 1993 e em diversas prisões da Índia com intuito de abrandar o sofrimento dos presos tornando-os pessoas mais positivas para o retorno à sociedade.

Livros sobre Vipassana

A Dhamma Livros publica livros indicados pela Associação Vipassana, e tem à disposição os seguintes livros, CDs e DVDs:

Meditação Vipassana: a arte de viver segundo S.N. Goenka (livro, em português, 227 pp)

Group Sitting - S.N Goenka (CD para meditação, em inglês, 70min)

Palestras do Curso de 10 dias (11 CDs, em português)

Tempo de Espera, Tempo de Vipassana (DVD, legendas em português, 52min)

A Dhamma Livros tem ainda, sob encomenda, e a preços reduzidos, todo o material da livraria Pariyatti (www.pariyatti.com) e do Vipassana Research Institute (www.vri.dhamma.org).

Dhamma Livros

Tel. e fax: (21)2541-5058

E-mail: dhammalivros@ig.com.br ♦

Centro de Informações Vipassana

Inscrição para cursos: info@santi.dhamma.org
Informações sobre cursos, solicitação de formulários, envio de inscrição.

Vipassana: www.portuguese.dhamma.org
Informações em português sobre Goenkaji, programação de cursos no Brasil e em Portugal, código de disciplina, formulário de inscrição, acesso à área de alunos antigos.

Área para alunos antigos (em português):

www.portuguese.dhamma.org/os/

Uma área restrita para os alunos antigos, este site contém informações sobre Grupos de Meditação Regionais, boletins do Vipassana, materiais para divulgação, palestras de Goenkaji em áudio.

Vipassana Newsletter (em português):

www.vnl.dhamma.org/bra/

Publicada quatro vezes ao ano, a VNL contém informações sobre o Vipassana no mundo e palavras inspiradoras de Buda e de professores que mantiveram a técnica viva. A VNL está disponível nos formatos PDF (para impressão) e online. ♦

Que todos os seres sejam felizes!